

Basiswissen bei Gesundheitsfragen, spirituell nachgefragt und hier beantwortet.

Adipositas, starkes Übergewicht: Zusammenhänge und Heilungsmöglichkeiten, Aufklärung in spiritueller Sicht.

Hier spricht Erzengel Raphael.

Einleitung: Zuerst möchte ich über Nahrungsverteilung sprechen.

Wenn ihr die Landkarte von eurer Erde betrachtet, seht ihr fruchtbare Landwirtschaft, Gebiete der Dürre, Meere und Wüsten; Gebiete, welche überschwemmt sind. Ihr seht die Vielfältigkeit der Natur und der Landschaft. Das Klima auf der Erde ist sehr unterschiedlich und wie ihr wisst, wird dieses Klima willentlich beeinflusst durch verschiedenste (ja, man kann sagen) „Waffen“, die entwickelt worden sind, um die Wettersituationen zu verändern. Diese Waffen haben die Fähigkeit, Dürre, Hagel, Regenstürme und Hitze zu produzieren - auch Erdbeben werden damit ausgelöst. Es sind Waffen der Vernichtung! Somit wird auch, was den Nahrungsmittelanbau betrifft, dieser sehr beeinflusst.

Ihr könnt *nicht* mehr sagen: das Wachstum der Nahrungsmittel unterliegt der Natur. Das Wachstum der Nahrungsmittel wird von den Menschen beeinflusst! Somit habt ihr - auf der einen Seite - fruchtbare Felder, genügend Nahrungsmittel und - auf der anderen Seite - Armut und wenig Nahrungsmittel. Es liegt *nicht* am Wachstum der Pflanzen, sondern es liegt an den Menschen, dass so viele Menschen *keine* Nahrungsmittel haben! Es gäbe genügend Essen auf der Erde, doch die Verteilung der Nahrungsmittel ist *nicht* gewährleistet.

So gibt es unterernährte und überernährte Menschen.

Der Westen ist ein fruchtbares Land, dort sind auch mehr Menschen mit Übergewicht, ja - mehr als das! - Menschen mit Adipositas!

Was ist Adipositas?

Adipositas ist *nicht* eine normale Fettzunahme des Körpers, der Fettstoffwechsel ist gestört! Doch diese Störung des Fettstoffwechsels kommt *nicht* aus dem Nichts, denn meistens haben diese Menschen, welche adipös werden, schon eine Veranlagung zum Übergewicht.

Was sind die Auslöser für Übergewicht?

Es gibt sehr unterschiedliche Auslöser, weshalb ein Mensch Übergewicht bekommt. Oft sind es soziale Aspekte wie Todesfall, Trennungen oder finanzielle Aspekte wie Geldnöte oder berufliche Schwierigkeiten, Beziehungsschwierigkeiten. All dies ergibt Stress! Und durch den Stress können die Hormone ihre Funktion *nicht* mehr richtig ausüben und man beginnt, viel mehr zu essen und es gibt eine Gewichtszunahme. Doch oft ist es auch eine Portion Unbewusstheit und Trägheit!

Und all diese Möglichkeiten können eine Unstabilität und Not in das Leben eines Menschen bringen.

Was geschieht, wenn eine solche Unstabilität sich im Leben zeigt?

Der Mensch sucht einen Halt. Und wo findet er den? Im Essen, im Trinken, im Rauchen. Oder er holt sich professionelle Hilfe und schaut sich die Ursache seiner Instabilität an und beginnt, es zu verändern.

Doch sich Hilfe holen, kommt *meistens* sehr viel später!

Das Thema Übergewicht ist sehr mit Scham besetzt. So versucht die betroffene Person, es alleine anzupacken, die Probleme selbst zu lösen.

Und er sucht selbst nach Wege und Mittel, um wieder in die Stabilität zu kommen. Oft geht dies jedoch sehr lange, bis das Gleichgewicht wieder hergestellt wird.

Was geschieht, wenn die Menschen ihren Schock bei plötzlichen Veränderungen spüren und körperlich erfahren?

Wie ich schon gesagt habe, sucht der Mensch einen Anker. Und bei sehr vielen Menschen ist dieser Anker das Essen! Sie essen, und dieses Essen kann ein Wohlgefühl geben. Oder sie essen und werden *nie* satt. Das Loch, welches sie empfinden, wird gestopft oder eben nicht. Das Essen deckt Mängel zu oder nicht. Es kann auch ein Gefühl („sich Halt geben“) auslösen und den Menschen entspannen. Ein Gefühl, etwas verändern zu können.

Doch wenn all dies *zu lange* anhält und man dem Thema *nicht wirklich* auf den Grund geht, dann ist es möglich, dass eine Adipositas entsteht. Dann ist es möglich, dass sich Fette im Körper ansammeln. Je länger, je mehr diese Gewichtszunahme entsteht, desto mehr kann sich der Fettstoffwechsel im Körper verändern.

Welches Hormon spielt eine Rolle dabei?

Es ist das Cortisol. Dies ist das Stresshormon, welches *zu hoch* ist.

Wenn der Mensch *zu viel* Stress hat (was er ja bei solchen Vorkommnissen hat), wird das Nervensystem aktiviert und die Stresshormone Adrenalin und Cortisol werden ausgeschüttet. Dies versetzt den Körper in einen Alarmzustand und in eine Kampf-Flucht-Reaktion. Es ist wie eine Erstarrung, wenn diese Erstarrung *nicht* gelöst wird. Die Tiere in der Natur machen es durch Bewegung. Sie rennen, bis ihr Körper das Stresshormon abgebaut hat.

Und was macht der Mensch? Oft isst oder trinkt oder raucht er in solch einer Situation. Er bewegt sich *nicht* genug, dass es im Körper abgebaut werden kann. Und dadurch werden diese Hormone (welche die Körperfunktion steuern und auch Hunger und Sättigung steuern) *nicht mehr richtig* regulieren können.

Und woran erkennt der Mensch ein erhöhtes Cortisol?

An erhöhter körperlicher Anspannung! Diese wirkt sich auf den Schlaf aus, erzeugt Ängste, Nervosität, Unsicherheiten, Zähneknirschen, ein geschwächtes Immunsystem und eben auch Heißhunger.

Und dadurch ergeben sich Fettablagerungen, erhöhter Blutdruck, Magenbeschwerden, Diabetes und mehr.

Und das führt auch zu einer Veränderung der Körperform!

Viele Menschen haben *keine positive* Beziehung zu ihrem Körper, die kleinste Veränderung wirkt störend auf sie (und das heißt: schon diese kleine Störung blockiert die Beziehung zum eigenen Körper).

Wenn dies entsteht, können die Signale des Körpers, welche er dem Menschen aussendet, immer weniger wahrgenommen werden. Und dies macht hilflos. Doch den meisten Menschen ist dies nicht bewusst!

Es geschieht eine Distanz zwischen Körper und Seele und Geist.

Ganz wichtig ist, trotz der Veränderung des Körpers...

- mit ihm in Kontakt (mit dem Körper) zu bleiben,
- mit dem Körperwesen zu sprechen wie mit einem Freund oder einer Freundin,
- den Körper lieben zu können,
- nicht durch diese Veränderung den Körper auszugrenzen, sondern ihn anzunehmen.

Viele Menschen verändern bei Adipositas die Ernährung, bewegen sich mehr, machen Krafttraining oder bitten den Arzt um Medikamente, damit der gestörte Fetthaushalt wieder in Ordnung kommt. Das ist alles sehr gut.

Doch ich, Erzengel Raphael, möchte euch sagen, dass die Ebenen von Geist und Seele eine der wichtigsten Ebenen sind, die zu beachten sind!

Es ist wichtig, mit dem Geist (mit den Gedanken) und mit der Seele (mit den Gefühlen) in Kontakt zu kommen, sie anzuschauen. Sei es in der Meditation, sei es durch die Hilfe eines guten Mediums oder sei es in einer psychologischen oder psychiatrischen Beratung. *Was sind die Gedanken (die der Geist erzeugt), was sind die Gefühle (die die Seele erzeugt) bei einem Menschen mit Adipositas?*

Diese Erkenntnis gibt dann auch die Lösung. Und nachdem diese Erkenntnis gewonnen worden ist, werden sich Lösungsansätze herauskristallisieren. Ihr wisst selbst: die Lösung erfolgt durch Geist und Seele. Schämt euch *nicht* eures Körpers, nimmt ihn an, so wie er ist. Er ist das Abbild eurer Seele und eures Geistes und - je nachdem - leidet eure Seele. Und dieser Schmerz wird durch das Aussehen eures Körpers ausgedrückt. Deshalb hört auf eure Seele, horcht in euch hinein!

Die Ursachen von Adipositas können auch schon ganz früh ihren Ursprung haben, je nachdem, wie ihr als Kinder aufgewachsen seid. Und diese Anlagen können im Unterbewusstsein schlummern, bis ein Anlass es zum Erwecken bringt. Und dann geht es darum, diese Verbindung zu schaffen von eurer Vergangenheit zur Gegenwart, damit ihr diese Gegenwart (dieser gegenwärtige Moment) verändern könnt, heilen könnt.

Seid gesegnet.

Empfangen von Christine S. am 27.11.2023.
(Mitglied im Internet-Verein "Die Liebenden von weit her")

Dein Leben – Dein hohes Selbst – Deine Verschmelzung



Internet-Verein „Die Liebenden von weit her“ → die-liebenden.org